



## INDEX

市のコロナ対策	1~2
地域振興券	3
大和高田の文化財	4
受動喫煙の防止	5
がん検診	6
特定健診のご案内	7~8
ヘルシーライフ	9~10
くらしの案内	11~12
お知らせBOX	13~14
情報アンテナ	15~16

## 街かどズーム



### フラダンスで心身ともに健康に

市民交流センター（コスモスプラザ）では、さまざまな市民活動団体が登録しており、現在は新型コロナウイルス感染症の対策を講じながら活動しています。

写真は、「アロハサークル」が音楽に合わせてフラダンスを行っている様子です。皆で楽しく踊ることでリラックス効果があり、心を癒し、安らぎを与えてくれます。また、活動を通じて、人とのつながりや交流をもつこともできます。感染症対策としては、人数を半分に分け、距離をとって活動することや、換気、手洗い、検温などをすることを心がけています。

「アロハサークル」は、「楽しく」をモットーに活動しています。公開レッスンも行っていますので、興味のある人は、ぜひ見学してください。詳しくは、市民交流センター（☎44-3210）へ。

※熱中症対策のため、運動をするときはマスクを着用していません。

〔令和2年7月30日撮影〕

市民交流センター（コスモスプラザ）4階多目的室



# 新たな新型コロナウイルス感染症対策 に関する市独自施策

新型コロナウイルス感染症拡大につきましては、依然として、予断を許さない状況が続いており、市民のみなさまにおかれましては、不安な日々を過ごされていると思います。その不安が少しでも和らぐよう、今までに新型コロナウイルス対策として18の市独自施策を講じて参りました。

今回、**新たに4つの市独自施策**を講じ、市民のみなさまとともにこのコロナ禍を乗り越え、1日も早く通常の生活を取り戻せるよう努めて参りますので、引き続き、みなさまのご理解、ご協力をお願いいたします。

大和高田市長 堀内 大造

## 新たな市独自施策

### 発熱者検査センター事業（11月開始予定）

市医師会と協力し、新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる方に対し、PCR検査およびインフルエンザ検査を屋外ドライブスルー方式で市単独により実施します。臨時に大和高田市発熱者検査センター（場所は非公開）を開設し、本市の医療機関での混乱を防ぎ、感染拡大防止を図ります。

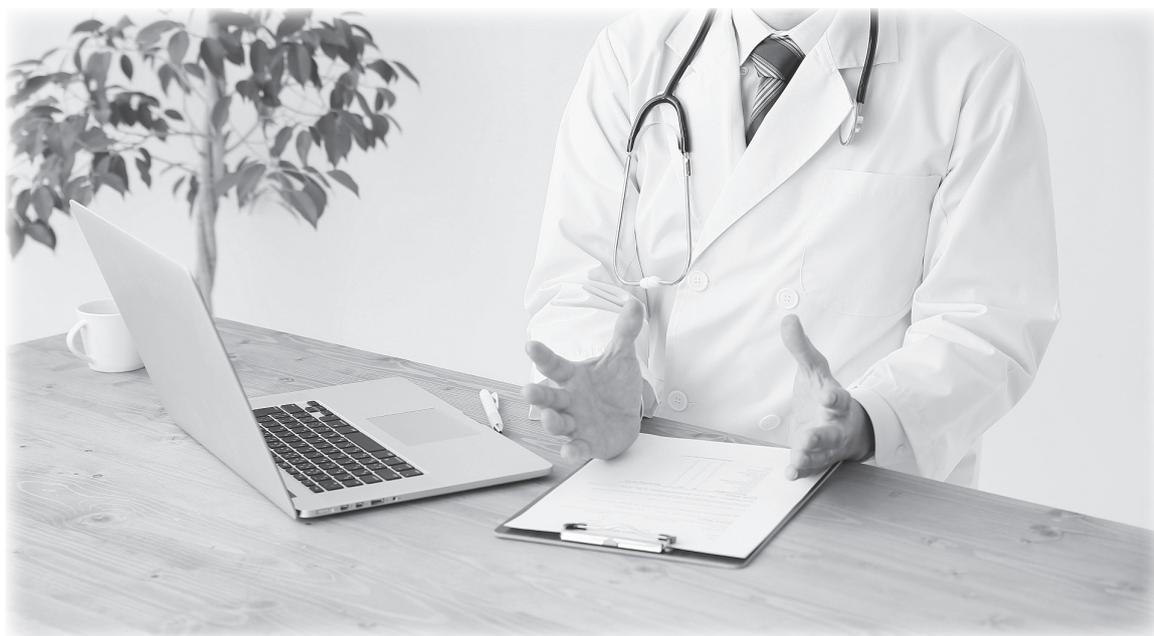
【検査内容】PCR検査、インフルエンザ検査、問診、血中酸素濃度測定

【対象者】新型コロナウイルス感染症の感染が疑われ、大和高田市医師会の医師がPCR検査の必要があると診断した大和高田市民（予約制）で自家用車での来院が可能な人。  
※かかりつけ医からの予約が必要です。直接検査センターで受診はできません。  
※乳幼児は検査できません。

【事業費】約2,000万円

【問合せ先】大和高田市 保健部 保険医療課

☎ 0745-22-1101 午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日除く）



## 地域振興券事業〔利用期間：令和2年11月1日(日)～令和3年1月31日(日)〕

詳細は次ページでお知らせします

新型コロナウイルス感染症により、大きな影響を受けている地域経済の回復を図るため、大和高田市地域振興券を発行し、消費者の家計や市内事業者、飲食店などの支援を行います（地域振興券は10月より各世帯へ送付します）。

【配布数】市内利用可能店舗で使える地域振興券を1人につき5,000円配布（各世帯に配布）

【事業費】約3億7,750万円

【問合せ先】大和高田市 市民部 産業振興課

☎ 0745-22-1101 午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日除く）

大和高田市地域振興券コールセンター

☎ 0570-666-313 午前9時～午後5時（土・日・祝日除く）

## エコバッグ配布事業（地域振興券と同時に配布）

詳細は次ページでお知らせします

7月1日より実施されているレジ袋有料化により、エコバッグ・マイバッグを利用される方が多くなることを踏まえ、流行している新型コロナウイルスの感染リスクを低減するため、バッグをこまめに洗濯し、持ち替えていただくことを推奨し、洗い替え用としてご活用いただくエコバッグを配布します。

また、地域振興券と同時に配布させていただくことにより、市内での買い物を促進し、経済活動の回復につなげます。

【配布数】各世帯にエコバッグ1個配布（地域振興券と同時に配布）

【事業費】地域振興券事業の事業費に含まれています。

【問合せ先】大和高田市 市民部 産業振興課

☎ 0745-22-1101 午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日除く）

大和高田市地域振興券コールセンター

☎ 0570-666-313 午前9時～午後5時（土・日・祝日除く）

## 学校教育等支援事業

学習支援や新型コロナウイルス感染症対策のために増加した業務に対応するため、学習指導員やスクール・サポート・スタッフを配置します。

【事業費】約1,600万円

【問合せ先】大和高田市 教育委員会事務局 学校教育課

☎ 0745-22-1101 午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日除く）

※上記の施策を含む、これまでの「新型コロナウイルス対策に関する市独自施策」については、大和高田市ホームページに掲載しております。



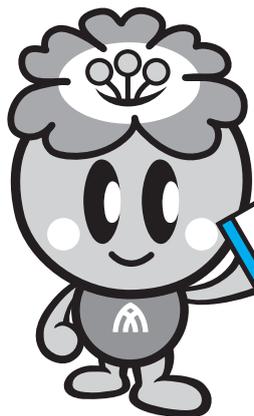
大和高田市民の皆さまへ速報  
大和高田市内の事業所の皆さまへ朗報

# 「大和高田市 地域振興券」が 全市民の皆さま対象に発行されます!! (10月発送予定です)

利用期間 令和2年11月1日(日)～令和3年1月31日(日)

令和2年度大和高田市  
地域振興券対象者

令和2年9月1日現在において  
住民基本台帳に記載されている方



地域振興券  
5,000円

お一人様  
5,000円分の地域振興券

※地域振興券と一緒にオリジナルエコバッグ（新型コロナ  
ウイルス対策「洗い替え用」）を世帯に一つ同封します。



## 大和高田市 地域振興券 取扱店大募集!!

～取扱店申込締切 11月30日(月)当日消印有効～

※地域振興券取扱店募集要項、取扱店申込用紙は、大和高田市ホームページをご覧ください。

地域振興券の  
お問合せ先

(コールセンターを設置し  
ています)

大和高田市地域振興券コールセンター

受付時間 午前9時～午後5時（土・日・祝日・年末年始を除く）

☎ 0570-666-313 ☎ 0570-029-185

〔産業振興課 内線 294〕

# ご存知ですか 大和高田の文化財

現在、大和高田市内には国指定 2 件、県指定 8 件、市指定 3 件、合わせて 13 件の指定文化財があります。

市では、平成 5 年に『大和高田市文化財保護条例』（条例第 15 号）を制定し、重要なものを大和高田市指定文化財に指定して文化財の保護と活用をはかっています。

平成 8 年には「高田御坊専立寺 表門・築地・太鼓楼各 1 棟（内本町）」、「天満神社石塔 多宝塔・層塔各 1 基（根成柿）」、「安楽寺跡 題目板碑 1 基（根成柿）」の 3 件を、平成 10 年には「奥田の蓮取り行事（附）蓮取り絵馬 1 面（奥田）」を市指定文化財に指定しました。このうち「奥田の蓮取り行事」は、平成 16 年に奈良県指定文化財に昇格しています。

市内には、歴史と文化に育まれた多くの貴重な文化財が残されています。歴史を理解し、新たな創造を行うときにも、文化財は大きな役割を果たしています。私たちも文化財を後世に伝えるため、大切に保護し、活用していきましょう。

## 文化財ボランティアガイド養成講座 受講生募集中

大和高田市の名所や文化財の魅力をガイドしてみませんか。

ボランティアガイド（5 期生）の募集に伴い、養成講座を開催いたします。

▷ 期 間 10 月～令和 3 年 3 月（月 1 回、計 6 回）

▷ 定 員 10 名（先着順）

▷ 費 用 無料

▷ 申込方法 9 月 30 日(水)までに中央公民館内の生涯学習課、または電話で下記へ。

〔生涯学習課 ☎ 53-6264〕



# 健康増進法が改正され、 受動喫煙の防止が強化されています。

※受動喫煙とは・・・

他人の喫煙により、たばこから発生した煙にさらされることです。受動喫煙により、「がん」や呼吸器の病気などの健康被害が起こるため問題になっています。

## たばこの三大危険物質

### ・ニコチン

たばこをやめられなくする → たばこ依存症の主役  
心拍数増加、血圧上昇、末梢血管収縮など

### ・タール

ヤニ。「がん」をひき起こして、死亡させる

### ・一酸化炭素

脳や心臓が酸素不足になり運動や考える力が低下する  
動脈硬化になり、心筋梗塞や脳梗塞が起こりやすくなる

## 主流煙と副流煙は、 どちらの方がからだに悪い？

副流煙は主流煙より  
ニコチン **2.8 倍**  
タール **3.4 倍**  
一酸化炭素 **4.7 倍**  
の有害物質が含まれます



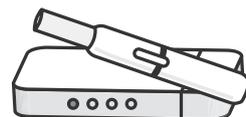
これでは、  
受動喫煙防止対策にはなりません

## ベランダや換気扇での喫煙

煙はサッシの隙間などから室内に侵入します。吸い終わった後でも、呼気や服に付着した煙から有害物質が出ています。煙が隣家や隣室のベランダに流れていけば、隣人に害がおよんでしまいます。換気扇の吸引力も、たばこの煙をすべて吸引するほどの吸引力がなく効果はありません。

## 加熱式たばこについて

副流煙は、ほとんど発生しないといわれていますが、発がん物質などは紙巻たばこよりも多いといわれ、吸い終わった後も呼気から有害物質を排出しており、受動喫煙を防止しているとはいえません。



喫煙は、新型コロナウイルス肺炎重症化の最大のリスクにもなります  
あなた自身や大切な人のために禁煙しましょう

〔健康増進課 ☎ 23-6661〕

# がん検診受けていますか？



日本人の死亡原因第1位を占める「がん」。早期のうちには自覚症状がありません。「がん」から身を守るためには、早期に「がん」を発見し、治療することが大切です。ご自身や大切な人のために、定期的ながん検診を受けましょう。

がん危険度チェックは多く当てはまるほど要注意です。

## 大腸がん

日本人の罹患数第1位です。食生活が肉食中心になったことが、大腸がん増加の原因と考えられています。

### がん危険度チェック

- 肥満である
- 身長が高い
- お酒をよく飲む
- たばこを吸う
- 赤肉（牛・豚など）、加工肉をよく食べる
- 直系の親族に大腸がんにかかった人がいる

## 乳がん

女性がかかる「がん」の第1位です。乳がんにかかる人は30代から増加し始め、50代前後を中心に最も多くなります。

### がん危険度チェック

- 初経年齢が早い
- 閉経年齢が遅い
- 妊娠・出産経験がない
- 初産年齢が遅い
- 授乳歴がない
- 身長が高い
- お酒をよく飲む
- 良性乳腺疾患にかかったことがある
- 乳がんの家族歴がある（母親・娘）
- 閉経後の肥満

## 子宮がん

子宮頸がんは若年層で増加傾向にあるため、20歳を過ぎたら検診が必要です。

### がん危険度チェック

- たばこを吸う
- 性体験が早い
- 性交渉の相手が多い
- 出産回数が多い
- 性感染症に感染している



新型コロナウイルス感染症拡大により、集団検診につきましては、日程の縮小による定員減少のため、今年度の予約受付は終了しました。個別の乳がん・子宮頸がん・胃カメラ検診は受診可能です。受診希望の人は保健センターへ検診の申し込みをしてください。9月から個別大腸がん検診も開始します。詳しくは、実施医療機関\*に設置のポスターを見てください。

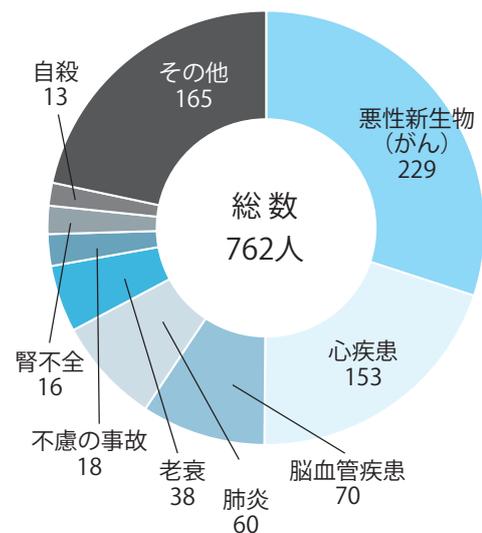
\*…前之園診療所、ましたに内科クリニック、黄クリニック、長澤内外科医院、中谷医院、春日医院、酒本医院、上田医院（磯野東町）、整形外科よねだクリニック、吉田医院、田中医院、土庫病院、中井記念病院、天満診療所、上田医院（内本町）、中谷診療所、かわにしクリニック、中家医院、こどもとかぞくの診療所、中村医院、松田医院、岡本クリニック、下河辺医院、西澤医院（順不同）

○個別大腸がん検診の詳細は、7ページに掲載しています。

## 「がん」は身近な病気

日本では、一生のうち2人に1人が、「がん」になるといわれ、年間30万人以上の方が、「がん」で亡くなっています。

本市でも、平成30年に229人が、「がん」で亡くなっており、総死亡数の3割を占めています。



出典：厚生労働省「人口動態調査」と同様の算出方法を用いて大和高田市で算出

大和高田市 主な死因別死亡者数（人）

\*検診の結果、精密検査が必要になった場合は、必ず医療機関を受診しましょう。

【健康増進課 ☎23-6661】

# 国民健康保険ご加入の40歳から74歳までの皆さんへ

## 特定健診のご案内

新型コロナウイルス感染症の拡大により、見合わせておりましたが、9月より特定健診の受診券を発送させていただきます。1万円相当の健診が、自己負担なし（無料）で受けられます。

「特定健診」は、生活習慣病の前ぶれとなる「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」に重点をおいた健診です。



### 健診内容

診察・問診・身体計測・腹囲測定・血圧測定・尿検査（蛋白、糖）・血液検査（肝機能、血糖、脂質、腎機能、貧血検査）・心電図  
希望者はB・C型肝炎ウイルス検診、風しん抗体検査、大腸がん検診をセットで受診できます。

○B・C型肝炎ウイルス検診 対象者：過去受けたことがない人

費用：400円 今年度40、45、50、55、60、65歳になる人および70歳以上は無料（9月初旬に案内はがき送付）  
市県民税非課税世帯・生活保護世帯の人も無料（事前申請が必要）

検査方法：血液検査

申込：受診には検診票が必要ですので、必ず事前に申し込んでください。

個別健診・セット健診 ⇒ 事前に保健センター（☎23-6661）

集団健診 ⇒ 健診予約時に市役所保険医療課（☎22-1101）

○風しん抗体検査 対象者：昭和37年4月2日から昭和47年4月1日生まれの男性（4月にクーポン券送付済）

昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

（昨年6月にクーポン券を送付済。紛失した人には再発行します）

費用：無料

検査方法：血液検査 ※受診するにはクーポン券・本人確認書類が必要です。

○個別大腸がん検診 対象者：年度内に40歳以上になる人

保健センターが実施する集団大腸がん検診を受診していない人（市が実施する検診は年1回）

費用：単独800円 特定健診とセット500円（70歳以上はいずれも無料）

※市県民税非課税世帯・生活保護世帯の人は、いずれも無料（事前申請が必要）

検査方法：便潜血検査

実施医療機関：実施医療機関について詳しくは、6ページを参照してください。

▶対象 国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人

※令和3年2月末までに75歳になる人は、75歳の誕生日前日まで特定健診を受診できます。

75歳以上の人は、この特定健診とは別の「後期高齢者健康診査」を受診できます。

※国民健康保険以外の健康保険（社会保険など）加入者の人は、加入している健康保険に問い合わせてください。

▶実施期間 令和3年2月末まで ※今年度のみ、実施期間を2月末までに延長します。

▶必要なもの 特定健康診査受診券、質問票、国民健康保険証

※特定健康診査受診券と質問票は、対象となる人へ9月に郵送します。

受診する際、特定健康診査受診券や質問票を持っていない場合は、保険医療課へ問い合わせてください。

▶受診方法 セット健診または集団健診、個別健診（医療機関）のいずれか

1. セット健診 保健センター（☎23-6661）へ実施日の10日前までに電話で予約してください。

2. 集団健診 保険医療課（☎22-1101）へ実施日の3日前までに電話で予約してください。

3. 個別健診 受診を希望する実施医療機関へ直接電話で予約してください。

※奈良県内の実施医療機関で受診できます。受診を希望する人は、事前に医療機関に確認のうえ受診してください。

### セット健診（特定健診+胃がん・肺がん・大腸がん検診）

日程	健診会場	定員	受付時間帯
9月15日(火)	保健センター2階	60名	①午前8時45分～9時 ②午前9時～9時30分 ③午前9時30分～10時 ④午前10時～10時30分 (9月15日、10月19日のみ) ⑤午前10時30分～11時 (9月15日、10月19日のみ)
9月30日(火)		40名	
10月1日(休)		60名	
10月5日(月)			
10月19日(月)		40名	
10月23日(金)			
10月29日(休)	葛城コミュニティセンター		
10月30日(金)	保健センター2階	40名	
11月9日(月)			
11月10日(火)			

※10月29日(休)のみ、受付時間①なし

### セット健診（特定健診+肺がん・大腸がん検診）

日程	健診会場	定員	受付時間帯
12月3日(休)	保健センター2階	50名	①午前8時45分～9時 ②午前9時～9時30分 ③午前9時30分～10時 ④午前10時～10時30分 ⑤午前10時30分～11時
12月7日(月)			
1月13日(火)			
1月22日(金)			

### 集団健診（特定健診のみ）

日程	健診会場	定員	受付時間帯
9月14日(月)	保健センター2階	70名	①午前9時～9時30分 ②午前9時30分～10時 ③午前10時～10時30分 ④午前10時30分～11時 ⑤午後1時～1時30分 ⑥午後1時30分～2時
9月18日(金)			
10月16日(金)	葛城メディカルセンター	50名	
10月24日(土)	市立土庫公民館	30名	
11月7日(土)	市立菅原公民館		
11月14日(土)	保健センター2階	70名	
11月20日(金)			
11月24日(火)			
11月25日(水)	葛城メディカルセンター	50名	
11月30日(月)			
12月5日(土)			
1月16日(土)	保健センター2階	70名	
1月25日(月)			

※土曜日は午前中のみ実施

#### その他のがん検診

個別検診：胃内視鏡検査・乳がん・子宮がん検診（2月末まで）

※定員になり次第締切

がん検診の問合せ、申し込みは保健センター（☎23-6661）まで

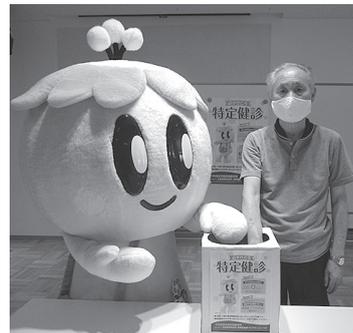
# 国民健康保険の 特定健診受診キャンペーン

～ 特定健診を受診すると商品券1万円分が抽選で50人に当たる！～

## 応募方法

大和高田市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人で(1)か(2)のどちらかの方法で応募できます。

- (1) 特定健診を令和3年2月末までに受診する
- (2) 特定健診以外の採血結果や健康診断の結果を『特定健診に代わる健診結果記入用紙』に記入して市役所保険医療課へ提出する(令和3年4月15日必着)  
※記入用紙は、保険医療課へご連絡いただきましたら返信用封筒と一緒に郵送します。  
※令和2年度中に受けた健康診断(人間ドック、勤務先や商工会などの健康診断など)の結果に限ります。



令和元年度分の抽選を国民健康保険運営協議会委員が行いました(6月29日)

## 当選の連絡について

令和3年6月頃に抽選の上、当選者の発表は当選者への商品券の発送をもって代えさせていただきます。

## 特定健診結果説明会

### 健診結果がよくわかる

- 「医師から聞ける結果の見方、生かし方」
- 「バランスのとれた食事内容とは」
- 「自分に合った生活習慣改善」 など

健診を受けた後は健康づくりのチャンス

特定健診を受けると、健康づくりに役立つ **たくさんの特典** があります。



### 特典1

#### 健康チェックの測定会

足指力(下肢筋力)が測定できます



### 特典4

#### 運動教室の参加

楽しく体を動かしましょう



### 特典3

#### 活動量計の貸し出し

運動効果の高い中強度の活動時間がわかります



### 特典5

#### 栄養教室参加

バランスのとれた食事を作りましょう



※ 詳しくは、健診結果に同封の案内文をご覧ください。

保健センター・市民交流センター(コスモスプラザ)で実施

### 問い合わせ先

「特定健診」	保険医療課 国保係	☎22-1101
「結果説明会」	保健センター	☎23-6661
「後期高齢者健康診査」	保険医療課 医療係	☎22-1101



10月以降、新型コロナウイルス感染症の流行状況によって、健診や教室等を中止・延期することもありますので、市のホームページ・掲載サイトで確認または問い合わせてください。

## ウェルカムベビー教室B ～知って安心!私らしく出産～

初めての妊娠・出産の人、友達づくりをしたい人におすすめです。

助産師・保健師・心理士が、インターネットや本だけではわからない出産のコツや知って安心な情報を伝えます。

▷**とき** 10月28日(水)  
午前9時～9時20分受付  
正午終了予定

▷**ところ** 保健センター

▷**内容**

「知れば安心!出産のコツ」  
「妊娠中のカラダとココロ」

▷**対象** プレママ(妊婦)、プレパパ、祖父母、家族になる人

※同行者はできるだけ1人でお願いします。

※託児はありません。

▷**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装で。

▷**申込方法** 保健センターへ電話または窓口で。

## もぐもぐ教室

子どもの栄養と離乳食についての話や試食を行います。初めての離乳食作りにとまどっている人は、ぜひ参加してください。

▷**とき** 10月21日(水)

グループ	時間
1グループ	午前9時30分～10時30分 (受付:午前9時15分から)
2グループ	午前11時～正午 (受付:午前10時45分から)

※各グループ5名ずつ(要予約)。

▷**ところ** 保健センター

▷**内容** 離乳食のデモンストレーション

▷**対象** 令和2年4月・5月生まれの

乳児(第1子)の保護者(同伴可)

※第2子以降は要相談。

▷**持ち物** 母子健康手帳・赤ちゃんに必要なもの(オムツ・ミルク・バスタオルなど)

▷**申込方法** 保健センターへ電話または窓口へ。

## 節目年齢の方は無料 B・C型肝炎ウイルス検診のご案内

ウイルス性肝炎は、放っておくと、肝硬変や肝がんに進行する恐れがあります。今年度、節目年齢になる人は、無料で受診できる案内はがきを送付します。これまで肝炎ウイルス検診を受診されたことがない人は、この機会に受診することをお勧めします。

▷**対象** 40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのない人

▷**とき** 9月から令和3年2月末まで

▷**ところ** 市内委託医療機関

※国民健康保険加入者で特定健診を受診する人は同時に受診ができます。

▷**検査方法** 血液検査

▷**費用** 400円(9月初旬発送のはがきが届いた、今年度40・45・50・55・60・65歳になる人、70歳以上の人は無料)

※免除要件あり(保健事業のご案内参照)。

※検診料の免除要件に該当する人は、受診前に保健センター窓口で無料の検診票を申請してください。

▷**申込方法** 保健センターへ電話または窓口へ。

※申し込み後、検診票・案内文を郵送します。

## HPV(子宮頸がん予防) ワクチン接種

子宮頸がん予防ワクチンは、平成25年4月より定期接種となりましたが、接種後に痛みやしびれ、手足の動かしにくさ、不随意運動(体の一部が勝手に動く)などの副反応がみられたことから、同年6月から積極的勧奨を差し控えています。

しかし、副反応などの状況を理解した上で、接種を希望する人は、委

託医療機関で接種を受けることができます。

▷**対象** 小学6年生～高校1年生相当の女子

接種は計3回で約6か月の期間が必要になります。希望する人は、対象年齢の期限に余裕をもって連絡してください。予診票と説明書を送付します。

※今後、国から変更があった際には、広報誌・ホームページなどでお知らせしますので、確認してください。

## 受け忘れていませんか 子宮頸がん、乳がん無料クーポン券

4月に、子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券を下記の対象者に送付しました。有効期限間際になると、予約が埋まり、希望の日に受けられない場合があります。まだクーポンを使用していない人は、早めに予約・受診しましょう。

紛失した人は、再発行しますので、保健センターまで連絡してください。

▷**検診期間** 令和3年2月末まで(定員になり次第締切)

▷**対象** 令和3年4月1日までに下記の年齢になる人

子宮頸がん検診:21歳になる女性  
乳がん検診:41歳になる女性

## 日曜日に乳がん検診実施します

日曜日に1日限定の乳がん検診を実施します。普段、仕事や用事などでなかなか検診が受けられない人は、この機会にぜひ受けてみませんか。

▷**とき** 10月18日(日)

※定員になり次第、締切。

▷**ところ** 葛城メディカルセンター

▷**対象** 40歳以上の人

※昨年度受診した人は対象外。

▷**費用** 2,000円(70歳以上は無料)

※免除要件あり。

▷**申込方法** 検診票がない人は、保健センターへ申込みしてください。後日、検診票を発送します。予約方法など詳しくは、検診票と同封する案内文を見てください。



検診等に関するお問い合わせは、保健センター(☎23-6661)へ ※土・日・祝日除く

### 親子クッキングの中止について

今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、親子クッキングを中止させていただきます。

その代替として、親子クッキングメニュー冊子をお渡ししますので、保健センターに申し込みの上、お越しください。

※1家族1冊まで(先着20名)。

### 献血にご協力を

▷とき 10月16日(金)  
午前9時30分～正午、  
午後1時～4時

▷ところ 大和高田市役所



### 毎月19日は食育の日

野菜の1日の摂取量は350gです  
5小鉢分の野菜料理の摂取を目標にしてみましょう



令和2年度の保健事業のご案内はホームページでも確認できます。

- ・母子保健事業のご案内
- ・成人保健事業のご案内



大和高田市 保健事業 検索

※ご案内は令和2年3月号の広報誌にも同封しています(保健センターでも配布しています)。

## オーラルフレイルって ご存知ですか その2

前回(6月号)は、オーラルフレイルとはどういうことか大まかにお話ししました。では、どのようにしてオーラルフレイルに陥ってしまうのでしょうか。最初はお口に関するささいな障害を放置して、適切な処置を行わないことから始まります。そのことが、お口の機能低下を招き、次第に食べる機能も低下してしまいます。しっかり食べることができないため、体力も衰えていきます。それが影響して、次にはいろいろなことに対する気力も無くなり、精神的にも悪影響が出てきます。こういった一連の負の連鎖が続き、どんどん悪化していきます。

- 第1段階 加齢により生活の活動範囲が狭まり、精神的に不安定が生じ、時として社会から孤立し、知らず知らずのうちに自身の健康への興味をなくし、歯が喪失しても放置する。
- 第2段階 歯が喪失したことにより、うまく食事をとることができなくなり、筋力も衰えて転びやすくなったり、食べこぼしたりむせやすくなる。
- 第3段階 お口の機能低下がさらに進行して、栄養障害に陥る。
- 第4段階 これらの進行の結果、要介護状態に陥ってしまう。

〔大和高田市歯科医師会 小松博幸〕

## 9月24日～30日は結核予防週間です

### ◎結核は過去の病気だと思っていませんか

結核は現在でも日本最大級の感染症の一つです。

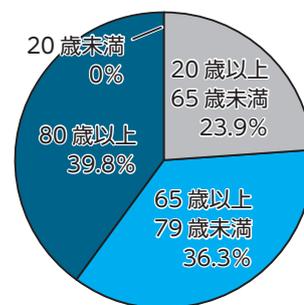
毎年国内で約1万6,000人近くの方が、新たに結核にかかっています。

グラフをみると、罹患者の約76%が65歳以上です。高齢者や糖尿病・腎臓病を患っている人は免疫力の低下に伴い、結核の発病リスクが高まります。

### あなたとまわりの大切な人を守るために

- ①有症状時は早く受診しましょう  
…結核を疑う症状(2週間以上続く咳、たん、微熱など)があったときは、早めに病院へ受診しましょう。早期発見は、本人の重症化を防ぐためだけでなく、大切な家族や職場などへの感染を防ぐために重要です。
- ②乳児期に予防接種(BCG)を受けましょう  
…BCGワクチンの接種は、生後1歳までに受けることとなっていますが、できるだけ生後5か月から8か月の間に受けましょう。

中和保健所管内の  
年齢区分別結核罹患割合  
(平成31年1月～令和元年12月)



約76%が  
65歳以上!

出典：中和保健所



## 市 税

**9月は固定資産税(第3期)と国民健康保険税(第3期)の納期月です**

納期限は9月30日(水)です。納税通知書と納付書は固定資産税が4月に、国民健康保険税は7月にそれぞれ発送済みです。

〔収納対策室 内線235〕



## 児童福祉

**現況届の手続きはお済みですか「児童手当・児童扶養手当・特別児童扶養手当」**

手当の受給には、毎年、現況届の提出が必要です。まだ済んでいない場合は手続きをお願いします(毎年の現況届の提出時期は、児童手当は6月、児童扶養手当は8月、特別児童扶養手当は8月中旬~9月中旬です)。

〔児童福祉課 内線567〕

**大和高田市こども食堂の運営団体に補助金を交付します**

子どもの健やかな成長の促進と、子育ての支援のために「こども食堂」の開催を考えているボランティア団体の皆さんに、補助金を交付します。  
※詳しくは、児童福祉課、大和高田市社会福祉協議会(☎23-0789)まで問い合わせてください。

〔児童福祉課 内線582〕

**公務員の人へのご案内  
子育て世帯への臨時特別給付金申請はお済みですか**

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援するため、児童手当を受給する世帯に対して、臨時特別給付金(一時金)を支給しています。申請が済んでいない公務員の方は、勤務先より証明を受けた上で11月30日(月)(厳守)までに申請してください。

▷対象 令和2年4月分(3月分を含む)の児童手当の支給を受けている公務員の人

※特例給付として児童1人につき月額5,000円の支給を受けている人は対象外です。

※平成16年4月2日から令和2年3月31日までに生まれた児童が対象です。

※令和2年3月31日(新高校1年生は2月29日)時点の住民票所在地での申請になります。

▷給付額 対象児童1人につき1万円(1回限り)

※なお、公務員以外の人で、本市から4月分の児童手当を受給している人は6月11日に振込が完了しています。

不明な点などがあれば、児童福祉課まで問い合わせてください。

〔児童福祉課 内線567〕



## 保険医療

**高額療養費支給申請の勧奨通知を送付しています**

医療機関などから請求があった診療報酬明細書に基づき、高額療養費の支給見込み額が1,000円以上となる世帯に対して、高額療養費支給申請の勧奨通知を送付しています。

なお、診療報酬明細書の請求時期や内容によって、勧奨通知が送付されない場合もあります。領収書の金額から該当すると思われる場合は、国保係まで問い合わせてください。

▷申請に必要なもの

- 保険証
  - 医療機関などの領収書
  - 印鑑
  - 世帯主の金融機関口座通帳
- 〔保険医療課 国保係 内線563〕

**令和2年度後期高齢者医療健康診査について**

新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、延期しておりました後期高齢者医療健康診査の受診券を、8月末より順次発送しています。

▷対象 令和2年7月時点で後期高齢者医療保険に加入している人

※令和2年8月以降に加入する人については、加入後1~2か月後に受診券を送付します。

国保加入者の特定健診については、5・6ページを見てください。

〔保険医療課 医療係 内線583〕



## 水道

### 水もれは、水資源のムダ遣い

道路上や水路で水もれを発見したときは、すぐに水道工務課（☎52-3901）へ。

### 悪質な業者にご注意

家庭を訪問し、水道水の検査や水道管の点検・清掃・修理、浄水器の取替・販売などを行い、高額な代金を請求する悪質な業者が増えています。

不審に思ったら、水道工務課（☎52-3901）へ問い合わせてください。

### 急なにごり水にご注意

水道工事や断水、火災による消火活動などで、水道管を流れている水の速さや方向が変わり、にごり水が出ることがあります。そのような場合は、飲み水としての使用を控え、しばらく様子を見るか、上下水道部へ連絡してください。

### 水道管の漏水調査にご協力を

水資源の有効利用を目的に、水道管の漏水調査を実施します。調査は、道路に埋設した水道管の漏水を探知するため、各家庭のメーターに音聴棒を当てて行います。市上下水道部漏水調査業務委託の身分証明書を携帯した調査員が、訪問します。ご協力をお願いします。

▷訪問期間 令和3年2月までの午前8時30分～午後5時

（上下水道部（水道部門）  
代表電話番号 ☎52-1365  
夜間・緊急時 ☎52-3901）

※くれぐれも、かけ間違いのないようお願いします。

## クリーンセンター 土曜開場日

▷9月の開場日 12日・26日(土)  
▷時間 午前9時～10時30分まで  
▷業務内容 可燃、不燃(粗大ごみ含む)の持込みごみの受入れのみ  
〔クリーンセンター企画整備課  
☎52-1600〕

## マイナンバーカードは スマートフォンでも 申請できます

▷申請方法  
①スマートフォンで顔写真を撮影  
②スマートフォンのカメラで交付申請書のQRコードを読み取り、申請用WEBサイトにアクセスしてメールアドレスを登録  
③登録したメールアドレス宛に通知される申請者用の申請用WEBサイトにアクセス  
④画面の案内にしたがって、必要事項を入力し、顔写真を添付して送信  
※最初に通知カードを受け取ってから、住所や氏名に変更があった人は、市民課で新しい申請書の交付が必要です。  
※登録したメールアドレス宛に、申請が完了した旨のメールが届き申請完了となります。  
〔市民課 内線527〕

## ねんきんQ&A

**Q** 私は、自分の年金の加入記録や納付状況などを把握できていません。確認することはできますか。

**A** 年金加入者には、毎年誕生月、これまでの公的年金制度への加入状況や将来受け取る年金見込額などを通知する「ねんきん定期便」が送付されています。自分の加入状況などを確認し、納め忘れた期間で間に合うものは後から納めるなど、活用してください。

また、パソコンやスマートフォンで、いつでも確認することができる「ねんきんネット」もあります。

利用には、「ねんきんネット」への登録が必要です。

「ねんきん定期便」に記載されているアクセスキーまたは、基礎年金番号(年金手帳などに記載)を用意して、申し込んでください。

詳しくは、

ねんきんネット

〔市民課 年金係 内線529〕

### ご利用ください

## ☆☆ 夜間窓口 ☆☆

● 固定資産税・都市計画税・市県民税・軽自動車税・国民健康保険税窓口

▷とき 9月24日(木)  
午後5時15分～8時  
【次回予定 10月22日(木)】  
▷ところ 市役所2階 収納対策室  
☎22-1108 (夜間窓口専用)  
昼間の納付が困難な人や、納税相談が必要な人は、利用してください。

※課税についての問合せおよび課税証明書などの申請は、受け付けできません。業務時間内に税務課へ来ててください。

## ● 水道料金の夜間窓口

▷とき 9月2日(水)・16日(水)  
▷ところ 上下水道部総務料金係  
☎52-1366 (夜間窓口専用)  
午後5時15分～9時まで  
※6か月(3回分)以上滞納すると、給水を停止します。また、滞納者へは法的措置を行うことがあります。



## 参加しませんか

## ■おとなのピアノ教室

▷とき 10月1日・8日・22日・29日・  
11月12日・19日・26日・12月3日・  
10日・17日

いずれも木曜日 午後1時～2時

▷ところ 葛城コミュニティセンター

▷対象 ピアノ未経験、または初級  
程度の成人

▷定員 10名 ※申込多数の場合、  
抽選。

▷受講料 2,000円

※別途、会費5,000円(1期間、3か月  
分)とテキスト代約1,000円が必要

▷講師 檜根香津子さん

▷申込方法 9月19日(土)【必着】まで  
に、往復はがきに「おとなのピアノ教  
室」、郵便番号、住所、名前、電話番  
号を書いて、葛城コミュニティセンター  
(〒635-0054 曾大根783-1)へ。

〔葛城コミュニティセンター

☎23-8001〕

## 開催します

■聞こえのサポーター講座開催の  
お知らせ

聞こえの不自由な人たちに書いて  
伝えるサポートをしてみませんか。

▷とき 10月3日～31日の毎週土曜日  
(全5回) 午後1時～3時

▷ところ 総合福祉会館 2階会議室

▷対象 市内在住・在勤・在学の高  
校生以上

▷テキスト代 500円

▷申込方法 9月30日(水)までに電話  
で下記へ。

〔総合福祉会館 ☎23-0789〕

## お知らせ

■マイナポイント手続スポットを設  
置しています

▷とき 午前8時30分～午後5時15  
分(土・日・祝日は除く)

▷ところ 市役所3階 企画創生課  
※原則、本人が来てください。

事業内容や手続きに必要なものなど、  
詳しくは「マイナポイント 総務省」で検  
索または、マイナンバー総合フリーダイヤ  
ル☎0120-95-0178(音声ガイダンスに  
従って「5番」を選択してください)へ。

〔企画創生課 内線275〕

■身体障害者補助犬(介助犬・聴導  
犬)貸与希望者の募集

▷対象 18歳以上で、県内に1年以  
上住んでいる人

【介助犬】

肢体不自由1級または2級

【聴導犬】

聴覚障害2級

※その他にも、貸与条件があります。

※今回は、盲導犬貸与の募集はあり  
ません。

▷申込方法 9月25日(金)までに、社  
会福祉課へ。

▷実施主体 奈良県

〔社会福祉課 内線533〕

■第48回奈良県障害者作品展の  
作品募集

▷種目 絵画、写真、書道、工芸、手  
芸、文芸(短歌、俳句、川柳)、コン  
ピューター・タイプアート

※作品の大きさは、縦1.2m、横1.8m、  
奥ゆき1.5m以内。

※1人1点まで。

▷対象 市内に在住する障がい児・者

▷申込方法 所定の申込書(総合  
福祉会館に設置、県ホームペー  
ジからもダウンロード可)を9月9  
日(水)までに総合福祉会館(☎23-  
0789、FAX 24-2730)へ。

応募作品は、次の作品展で展示し  
ます。

## (1)県障害者作品展(中南和展)

▷とき 11月6日(金)から11日(水)まで

午前10時～午後5時

(最終日の11日は正午まで)

※ただし、11月9日(月)は休館

▷ところ 県立万葉文化館(高市郡  
明日香村飛鳥10)

## (2)県障害者作品展

▷とき 12月5日(土)から12月10日(木)まで

午前9時～午後5時

(最終日の10日は正午まで)

※ただし、12月7日(月)は休館

▷ところ 県文化会館(奈良市登大  
路町6-2)

〔総合福祉会館 ☎23-0789〕

■2021年版奈良県民手帳の予約  
受付を開始

県内の官公庁や救急医療施設の  
住所一覧、県民相談窓口に加え、人  
口や産業など、全国と県、市町村の  
主要統計データ、県内の郵便番号、  
大和の主な年中行事などの情報を  
掲載し、日記のページには、過去5年  
の天気マークも付いています。

▷発売日 11月予定

▷価格 1冊600円

予約方法など、詳しくは下記へ。

〔産業振興課 調査統計係 内線264〕

## 広告欄



市役所…(22) 1101 総合福祉会館…(23) 0789 シルバー人材センター…(52) 0115 総合体育館…(22) 8862  
 市民交流センター…(44) 3210 保健センター…(23) 6661 高田消防署…(25) 0119 さくら荘…(23) 4126  
 中央公民館…(22) 1315 クリーンセンター…(53) 5383 さざんかホール…(53) 8200 総合公園…(52) 4700  
 図書館…(52) 3424 市立病院…(53) 2901 社会福祉協議会…(23) 5426 職工センター…(23) 8001  
 水道部門…(52) 1365 青少年課…(23) 1322 高田警察署…(22) 0110 下水道課…(52) 1258

ご注意ください！電話番号はきちんと確認してからかけましょう。

### 令和2年度大和高田市敬老会および記念品配布中止のお知らせ

9月12日(土)に予定しておりました「令和2年度大和高田市敬老会」は、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止し、皆さんの健康と安全を守る観点から、開催中止とさせていただきます。

敬老会の開催を楽しみにされていた皆さんには誠に申し訳ございませんが、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

また、敬老会開催とともに行っておりました記念品の配布につきましても、今年度は中止とさせていただきます。

〔社会福祉課 内線534〕

### 「第54回市商祭」一般公開中止のお知らせ

令和2年10月10日(土)に開催を予定しておりました「第54回市商祭」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市民の方への公開を中止いたします。開催を楽しみにされていた皆さんには大変申し訳ございませんが、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

〔市立高田商業高校 ☎22-2251〕

### 「陸上レクリエーション大会」中止のお知らせ

10月18日(日)に開催を予定しておりました「陸上レクリエーション大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、開催中止とさせていただきます。

開催を楽しみにされていた皆さん

には大変残念なお知らせではございますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

〔体育振興課 ☎22-8862〕

### 使用済みの食用油の回収

▷9月の回収日 9月28日(月)

午前9時15分～9時30分	市立陵西公民館
午前9時45分～10時	橘町集会場前
午前10時15分～10時30分	築山公園前
午前10時45分～11時	靖少年会館(備コミュニティセンター)
午前11時15分～11時30分	曙町青少年会館(東部こども会館)
午前11時45分～正午	片塩幼稚園東側道路
午後1時15分～1時30分	総合体育館
午後1時45分～2時	大和ガス南側道路
午後2時30分～2時45分	市立菅原公民館
午後3時～3時15分	ネオンシティ大和高田正面玄関前
午後3時30分～3時45分	葛城コミュニティセンター
午後4時～4時15分	春日町会館前

◎環境衛生課【市役所別棟1階】では毎日回収しています(土・日・祝日を除く)。

◎さざんかストリートの「生活雑貨ささおか」で回収しています。ご利用ください。

◎油の入ったビンやカンは、リサイクルできないため、処理が困難です。使用済み食用油は、固めずに、食用油の容器(ペットボトル容器)などに入れて持ってきてください。

〔クリーンセンター ☎52-1600〕

### 9月のし尿収集予定

日程は都合により、変更になることもありますので、ご了承ください。(地区名は、一部通称名を使用しています)

日曜	収集区域
1 火	奥田県住、出、秋吉
2 水	奥田、吉井、根成柿
3 木	大谷、北角、敷島町、根成柿、吉井、旭北町、本郷町、築山、池尻、神楽、土庫1・2・3丁目、土庫住宅
4 金	敷島町、根成柿、吉井、秋吉、三和町、曙町、日之出町
5 土	日之出西・東本町
7 月	敷島町、西坊城、出、大東町、松塚、北本町、神楽、花園町
8 火	東中、東中1・2丁目、春日町1・2丁目、出、勝目、田井、藤森、有井、曙町
9 水	東中1丁目、春日町1・2丁目、南本町、大中南、磯野町、材木町、東雲町、昭和町
10 木	磯野、磯野北、南本町、北片塩、大中南
11 金	大中北、新田、岡崎、中町、池田、領家、磯野北
14 月	池田、領家、西代、市場、野口、築山
15 火	市場、野口、有井、築山
16 水	出屋敷、有井、西三倉堂1・2丁目、築山
17 木	西町、有井、内本町、中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目、築山
18 金	中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目、甘田町、敷島町、築山
23 水	中三倉堂1・2丁目、甘田町、今里、旭北町、旭南町
24 木	曾大根、北片塩町、東三倉堂町、旭北町
25 金	南陽町、蔵之宮町、甘田町、南今里町、中今里町、片塩町、磯野東町
28 月	大中東、南陽町、蔵之宮町、甘田町、永和町、磯野南町、内本町
29 火	蔵之宮町、甘田町、栄町、東中1・2丁目、西三倉堂1丁目、春日町1丁目、曾大根1丁目、本郷町、北本町、高砂町、永和町

●トラブルを避けるためにも、立会いをお願いします。

●し尿くみとりの妨げになるペット類・鉢植えなどは、作業場所・通路に置かないようお願いします。

●臨時くみとりは、作業日の調整が必要です。委託業者〈おおやまと環境整理事業協同組合☎52-2982〉〈大和清掃企業組合☎52-3372〉に直接申し込んでください。

## 市民交流センター 休日住民票・印鑑 登録証明書発行

▷とき 午前9時～午後6時

※休館日(第1・3月曜。祝日にあたる日はその後の直近の平日)を除く。

※マイナンバー入りの住民票、除票、記載事項証明は発行できません。

〔市民協働推進課 ☎44-3210〕

## マイナンバーカード 休日窓口を開設

マイナンバーカード(個人番号カード)の申請受付・交付および電子証明書の更新を行う休日窓口を、下記の日程で開設します。申請者本人が来てください。

▷とき 9月26日(土)

午前9時～正午

【次回予定 10月24日(土)】

▷ところ 市役所1階市民課

※持ち物など、詳しくは、市民課まで問い合わせてください。

〔市民課 内線527〕

## 参加しませんか

### ●完全個別指導 ハングル講座

大和高田 <sup>ケグリ</sup> <sup>オリニ</sup> **개구리 어린이회**

「ケグリ」とは「蛙」、「オリニ」とは「子ども」という意味です。

▷とき 9月20日～10月25日 毎週日曜日

午後1時～2時(6回シリーズ)

▷ところ 大和高田ケグリ・オリニ会(花園町バス停すぐ)

▷内容 完全個別指導で、個人個人のレベルやニーズに合わせたオーダーメイドの韓国・朝鮮語講座。完全個別指導が可能にする安心度が高く、丁寧なレッスンを体験してみてください。

▷対象 子どもから大人まで、どなたでも参加できます。

▷参加費 各回2,000円

▷持ち物 筆記用具

▷申込方法 1週間前までに、往復はがきに名前、住所、FAXのある方はFAX番号を明記の上、申し込みください。電話での受付、返信は行っていません。

▷連絡先 キム・カンチャ(金康子)  
〒635-0003 土庫726-2  
☎52-0402

### ●市体育協会空手部 生徒追加募集

▷とき 令和3年3月末までの毎週月・木曜日(祝日除く)

ところ	時間
武道館(総合体育館)	午後7時～9時
浮孔小学校体育館	午後6時～9時
磐園小学校体育館	午後6時30分～9時

## 広告欄

▷対象 市内在住または市内に通勤、通学している小学生以上の人(ただし、小学生はスポーツ少年団としての活動している人)

※初心者歓迎、詳しくは下記へ。

[体協空手道部 原田 ☎52-1334]

### ●パソコンちょっと中級講座

▷とき・内容

とき	内容
10月14日	Win10パソコンクリーン設定
10月21日	Zoomでおしゃべりを楽しもうI
10月28日	Zoomでおしゃべりを楽しもうII
11月4日	図形・イラスト作成
12月2日	年賀状を作ろう 文面(1)
12月16日	年賀状を作ろう 文面(2)
1月13日	デスクトップ/フォルダー整理術
1月27日	デジカメ写真を取込んで編集しよう
2月10日	Googleフォトの活用I
2月24日	Googleフォトの活用II(スマホとの連携)
3月3日	Facebookの登録・基本
3月10日	Facebookを楽しもう

※いずれも水曜日

▷対象 パソコンでワードの基本的な使い方を習得している人、または高田パソコン教室(初心者向け)を修了された人

▷定員 20名

▷費用 受講費1,100円/1回、教材費1,650円(12回分)

▷申込方法 電話で下記へ。

[NPO法人電子自治体アドバイザークラブ ☎0742-36-8520]

## 開催します

### ●ファミリー・サポート・センター事業「子育てサポーター養成講座」受講生募集

とき	テーマ
10月2日(金) 午前10時～11時	子育て支援について
10月9日(金) 午前10時～11時30分	救急救命講習
10月13日(火) 午前10時～11時	小児看護の基礎知識
10月16日(金) 午前10時～11時	障がいのある子どもの預かり
10月20日(火) 午前10時～11時	児童虐待の防止に向けて
	子育てサポートクラブとは 事故防止に向けて

▷ところ 総合福祉会館  
2階会議室

▷内容 0歳～小学生の子どもを託児する有償ボランティアの養成講座

▷対象 20歳以上で、健康で子育て支援に関心がある人

※子育て中の人で、子育てに役立つための受講のみも可。

▷費用 無料

▷申込方法 9月18日(金)までに電話で下記へ。

[子育てサポートクラブ ☎23-1006]

### ●令和2年度精神障害者家族教室のご案内

精神疾患に関する正しい知識や社会資源などの情報を学び、同じ立場の家族が悩みを分かち合い、話し合

える場として開催します。病気の知識や利用できる制度・福祉サービスなどをテーマとし、毎月定例で行います。

▷とき 9月～令和3年3月までの毎月第4水曜日 午後1時30分～3時  
※日程が変更になる場合があります。  
▷ところ 県産業会館3階会議室(幸町2番33号)

▷対象 精神疾患がある人の家族で、本市・香芝市・葛城市・広陵町に住んでいる人

▷費用 無料

▷問い合わせ 生活支援センターなっつ(担当:鎌田・具志堅)  
☎0745-23-7214(午前9時30分～午後5時まで受付)

※土・日・祝日を除く。

[生活支援センターなっつ ☎23-7214]

### ●聞こえの相談会

補聴器使用の人には、補聴器相談会、重度聴覚障害の人には人口内耳説明会を同時に開催します。

▷とき 11月8日(日)午後1時～4時  
▷ところ 奈良県社会福祉総合センター 5階大会議室(橿原市大久保町320-11)

▷内容

- ・講演会「難聴と治療」  
講師:奈良医大耳鼻咽喉・頭頸部外科学 西村 忠己先生
- ・体験発表:補聴器・人工内耳装用者
- ・個別相談:西村先生  
医大医局員・人工内耳メーカー・補聴器販売店

※参加費無料・申込不要。

詳しくは、下記へ。

[奈良県聴覚障害者支援センター  
☎0744-21-7880 FAX 0744-21-7888]

### ●不動産無料相談会

▷とき 9月12日(土)

午前10時～午後4時

▷ところ 香芝市ふたかみ文化センター(香芝市藤山1-17-17)

▷相談内容 土地有効活用、建築、借地借家、税務、贈与と相続、売買・賃貸など、不動産に関する諸問題を専門家がアドバイス(予約可)

▷申込方法 電話で下記へ。

[NPO法人奈良県不動産コンサルティング協会 ☎0743-86-4285]

### ●「法の日」週間記念無料法律相談

▷とき 10月5日(月)午前9時30分～正午、午後1時～3時30分

▷ところ 経済会館(大中106-2)

▷予約方法 9月1日(火)～25日(金) 午前9時30分～午後5時までに電話で下記へ。

※土・日・祝日は除く。

※相談時間は1人27分と3分換気。  
[奈良弁護士会 ☎0742-22-2035]

### ●野沢 寛 画伯「高田スケッチ集」展

昭和30年代の市内の風景を描いたスケッチと場所がわかる地図を展示。コミュニティバスきぼう号で現在と当時の風景と見比べてください。

▷とき 9月3日(木)～30日(水)

▷ところ 市民交流センター(コスモスプラザ)正面玄関横(バス停側)

※詳しくは、下記へ。

[夢咲塾事務局 吉岡  
☎090-2902-1032]

## お知らせ

### ●9月1日～30日は「屋外広告物適正化月間」です

奈良県は多くの歴史文化遺産と一体をなす歴史的風土と自然環境に恵まれた地です。

これらの貴重な自然・歴史景観と調和した屋外広告景観を創造するため、以下の取組を連携して進めていきましょう。

- 1.景観を阻害している違反屋外広告物の追放
- 2.屋外広告物条例の遵守および屋外広告物制度の周知・啓発
- 3.屋外広告物の掲出に際する安全管理の徹底

なお、屋外広告業を営む場合は奈良県知事の登録が必要です。看板などの設置の際は、必ず登録事業者に依頼しましょう。また、屋外広告物を掲出する場合には、各市町村長の許可が必要です。

[奈良県水循環・森林・景観環境部  
景観・自然環境課 ☎0742-27-8752]

### ●国民年金基金加入の案内

「国民年金基金制度」は、自営業者などの国民年金第1号被保険者や60

歳以上65歳未満あるいは海外居住者で国民年金に任意加入している人が、自分で入る公的な個人年金です。

この「国民年金基金制度」は、終身年金をベースに将来設計に合わせて年金を組み立てることができ、更には掛金や年金給付について税制上の優遇措置があります。

詳しくは、下記へ問い合わせ、または全国国民年金基金のホームページ(<https://www.zenkoku-kikin.or.jp/>)を見てください。

[全国国民年金基金奈良支部  
☎0120-65-4192]

### ●中小企業退職金共済(中退共)制度のご案内

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。掛金は全額非課税で一部を国が助成、家族従業員やパートタイマーも加入できます。

詳しくは、下記へ。

[中小企業退職金共済事業本部  
☎03-6907-1234]

### ●夢咲塾 新メンバー募集中

夢咲塾は、大和高田市の「まちづくり」と「ひとづくり」を通じて、夢のある未来を創造することを目的とするボランティア団体です。

あなたの夢を応援します。

▷問い合わせ

☎090-2902-1032(吉岡)

Eメール [yoshi6123@yahoo.co.jp](mailto:yoshi6123@yahoo.co.jp)

[夢咲塾事務局 吉岡  
☎090-2902-1032]

### ●自衛官などの募集

▷募集種目 自衛官候補生、防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、同看護学科学科学生

※受験資格、受付期間、試験日など、詳しくは下記へ連絡、または奈良地方協力本部のホームページ(<http://www.mod.go.jp/pco/nara/>)を見てください。

[自衛隊橿原地域事務所  
☎0744-29-9060]

